Club Alpin Français d'Annecy

été 2013

Revue et programme



club alpin français
fédération française des clubs alpins et de montagne

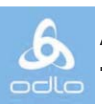
N° 28/80

JPR

Bons plans

Consultez le site internet *http://cafannecy.fr/leclub/bons-plans* pour voir les modalités.
Munissez-vous de votre licence pour aller dans ces magasins

patagonia Au magasin **- 10%**



Au magasin **- 10%**

www.topostation.com topostation **- 5%**

www.vtopo.fr **- 5%**





- 5%



- 18%
en bons d'achats



Au magasin **- 15%**



- 20%
http://www.boutique-craft.com/



- 10%



- 12%
en bons d'achats sur
www.snowleader.com

Optic2000 **- 15%**

- 10%





- 10%



- 10%

- 10%



Sommaire

Revue bi-annuelle été 2013

Convocation

L'assemblée générale
du club se tiendra le :
vendredi 22 novembre 2013
à 19 h 30

Salle des animations de Pringy
(derrière l'église)

La numérotation de la revue comporte 2 nombres, le premier correspond au nombre de numéros sortis depuis la création en 1990 du Club Alpin Français d'Annecy, association juridiquement autonome, le deuxième, le nombre de numéros parus depuis l'origine (1874). Le présent numéro a été tiré à 1500 exemplaires- N° ISSN : 0242 - 8547

Responsables de la revue :
Alain Chalmas, René Delieutraz
Rédaction, articles et publicité :
C. Abry, C. Desvignes, J. Ducruet
Maquette :
Alain Chalmas, René Delieutraz
Impression :
Imprimerie Suissa

Photo de couverture : *Reproduction de l'aquarelle de Jean-Pierre Raymond, exposition en mars 2013.*

Le mot du président



Il y aura 140 ans l'année prochaine, Camille DUNANT créait avec quelques amis la section d'Annecy du Club Alpin Français.

Premier Président de cette section, il fut à la même époque premier Président du Syndicat d'Initiative (dans l'intérêt de la ville et de l'arrondissement) d'Annecy. Conscient de l'intérêt touristique de la montagne, il projeta et entreprit sur fonds propres la construction d'un chalet abri au sommet du PARMELAN, au lieu-dit BLANDET.

Ce bâtiment fut inauguré en septembre 1883. Dans son discours inaugural, Camille DUNANT précisait : « Plus que jamais, elle (la Haute Savoie) a besoin de se procurer de nouvelles ressources. Elle pourrait en trouver dans une plus large exploitation de ses beautés naturelles » et rappelait que « mettre la montagne à la portée du plus grand nombre, est le principal but de l'institution du Club Alpin. »

Le bâtiment fut officiellement transmis au Club Alpin Français section d'Annecy par acte notarié en date du 3 juin 1909, signé par DUNANT, Président honoraire, et D'ORLYÉ, Président.

Peu après, DUNANT décédait, et D'ORLYÉ, avec le soutien des membres du syndicat d'initiative, faisait graver dans la roche du Grand Montoir cette inscription :

« À CAMILLE DUNANT, LES TOURISTES RECONNAISSANTS 1909 ».

Cent trente ans plus tard, le Conseil Général de la Haute Savoie réinscrit une nouvelle fois le tourisme dans ses priorités en concevant un plan tourisme départemental pour la période 2013-2022. Ce plan comporte un volet itinérance pédestre dans lequel les refuges que nous gérons (DUNANT-PARMELAN et GRAMUSSET-POINTE PERCÉE) peuvent s'inscrire.

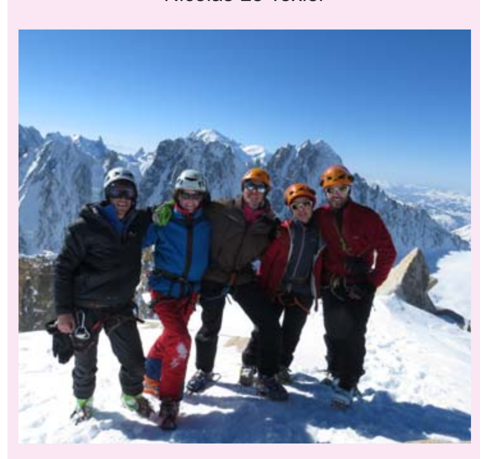
Le 14 septembre prochain, nous fêterons les 130 ans de l'inauguration du chalet abri du PARMELAN. En 1883, Camille DUNANT indiquait d'une façon très humoristique, que la construction de ce chalet faisait passer la communauté montagnarde de l'âge du bois à celui du fer. En effet les touristes, au lieu d'utiliser une simple cavité creusée dans le plateau de la table et une cuillère en bois pour manger leur soupe, disposaient dorénavant d'une assiette en terre et d'une cuillère en fer.

Il est temps, pour ce bâtiment comme pour le refuge GRAMUSSET, de passer de l'âge du fer à celui du développement durable !

Jacques Piétu

Groupe Jeunes Alpinisme

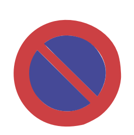
Nicolas Le Texier



Groupe créé il y a trois ans réunissant des jeunes entre 18 et 25 ans.
L'objectif est l'initiation, la découverte et le perfectionnement de l'alpinisme sous toutes ses formes : cascade de glace, ski-alpinisme, escalade en grande voie rocheuse, goulotte, itinéraire mixte.
Une sortie collective par mois de un ou plusieurs jours.
Pré-requis : école de glace, école de neige, bon niveau de ski hors-piste, escalade.
Pour tout renseignement : jeunes@cafannecy.fr

Renseignements pratiques sur le Club

ADRESSE
Club Alpin Français d'Annecy
17 rue du Mont-Blanc, 74000 Annecy
Tél : 04 50 09 82 09
Email : secretariat@cafannecy.fr
Web : www.cafannecy.fr



Le stationnement est interdit devant les emplacements privés de la copropriété

INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS
Horaire unique de 19 h 30 à 20 h 30
Inscriptions anticipées au jeudi lorsque le vendredi est férié.

L'adhésion au Club est impérative. Pour participer exceptionnellement, la personne qui souhaite découvrir nos activités avant d'adhérer, peut souscrire une assurance "découverte" renouvelable 3 fois (6 € la journée ou 10 € deux jours consécutifs).

SECRÉTARIAT
(adhésions et renseignements)

Mercredi : 15 h à 19 h

Vendredi : 17 h 30 à 21 h

Samedi : 10 h à 12 h

Fermeture les jours fériés et du lundi 29 juillet au mardi 20 août inclus, une permanence est assurée les vendredis pendant cette période de 19 h 30 à 21 h.

BIBLIOTHÈQUE
Responsable : Mireille Demeure
Vendredi 19 h 30 à 20 h 30
La durée du prêt : 3 semaines
Prix des prêts : 0,50 € les livres, topos, romans
1 € les cartes françaises et étrangères, les revues récentes (exemple : Vertical)
0,20 € les photocopies

TARIFS DES ADHÉSIONS

(du 1er octobre au 30 septembre) assurance de personne non incluse

- Adulte + 24 ans : 68,50 €
- Conjoint : 48 €
- Enfants : 24 ou 32,50 €
- Entre 18 et 23 ans : 42,50 €
- Moins de 18 ans : 37,50 €

Première adhésion à partir du 1er mai jusqu'au 30 septembre :
-40% sur la part club et fédération, assurance de personne non incluse.

Nouvelle adhésion : 2,5 € (droit d'entrée au club).

ASSURANCE DE PERSONNE
L'option assurance de personne valable en Europe, en Suisse et au Maroc (21,20 €) est vivement recommandée car elle couvre toutes les activités de sport et de loisirs : frais de recherche, de secours et d'évacuation, remboursement de forfait ski, défense et recours, remboursement frais médicaux, capitaux invalidité et décès.

Possibilité d'une extension Monde si autre pays.

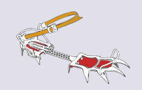
Location de matériel

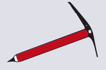
Le vendredi soir, de 19 h 30 à 20 h 30, vous pouvez emprunter, avec participation financière, différents matériels ; le Club subventionne ces achats pour faciliter la pratique des activités. Nous vous délivrons le matériel pour une semaine contre le règlement du tarif décidé par le Comité et votre carte du Club (chèque de caution pour certains matériels).

Matériel actuellement disponible à la location, mais en stock limité :

- piolets et piolets techniques,
- crampons à lanières et à attaches rapides,
- casques d'alpinisme,
- baudriers et cuissards,
- équipement pour via ferrata.

Quelques matériels, plus spécifiques, sont en prêt pour des responsables d'activité auprès desquels, vous devez vous adresser directement.





Mode d'emploi des activités au CAF d'Annecy

L'adhésion au Club ouvre la possibilité de participer aux sorties collectives de toutes les activités proposées aux programmes d'été et d'hiver.

Ayez toujours votre carte d'adhérent sur vous ! (Pour vous inscrire aux sorties, pour emprunter du matériel au Club, pour attester de votre assurance en cas d'accident, pour bénéficier de réduction dans les refuges, etc.).

Les inscriptions se font habituellement le dernier vendredi soir précédant la sortie aux horaires indiqués à la page «renseignements pratiques».

Les cadres bénévoles vous accueillent au forum de l'association, local situé entre les deux montées d'escalier des 15 et 17 rue du Mont Blanc.

JEUNES

D'une façon générale, les mineurs peuvent participer aux activités dans le respect de la législation et de la réglementation actuelle, notamment pour les séjours.

En ce qui concerne les sorties à la journée, il suffit d'obtenir l'accord du cadre organisateur auquel les parents devront s'adresser et remettre une autorisation écrite.

APTITUDE

Les participants doivent avoir un niveau technique et physique adapté aux sorties envisagées. Il est du devoir des cadres organisateurs de vérifier ces aptitudes, ce qui constitue un des éléments essentiels de la sécurité des groupes.

Ne vous étonnez pas, lors d'une inscription à une sortie, si le cadre, qui ne vous connaît pas, vous interroge sur vos capacités ou sur votre carnet de courses.

Le cadre a le droit et l'obligation de refuser l'inscription d'un participant au niveau inadapté.

Le Club organise des formations. Profitez- en pour améliorer ou retrouver votre niveau technique.

Si vous débutez, participez aux sorties "initiation" ouvertes à tous !

MATÉRIEL

Chaque participant doit se présenter au lieu de départ convenu muni de la totalité du matériel individuel prescrit par le cadre organisateur.

Tout participant n'étant pas en possession de ce matériel au moment du départ peut se voir refuser ce même départ par le cadre organisateur.

Les vêtements et chaussures, les protections solaires, les vivres de course et la boisson doivent être adaptés à la sortie. En cas de doute, demandez au cadre lors de l'inscription.

RENDEZ-VOUS

Lors de l'inscription, le cadre indique un lieu et une heure de départ.

Il est recommandé de venir au moins cinq minutes à l'avance de façon à ce que le départ se fasse à l'heure prévue.

Certains cadres partent toujours à l'heure prévue et n'attendent pas. Quelques minutes de retard peuvent dans ce cas vous faire manquer une belle sortie, et ce serait dommage !

TRANSPORT

Le principe du transport est le covoiturage.

Les participants à la collective prennent en charge la part du ou des cadres organisateurs.

Chaque adhérent participe à hauteur du coût total des transports calculé sur la base de 0,35 €/km pour un véhicule individuel et de 0,50 €/km pour le minibus du Club, divisé par le nombre de participants hors cadre(s).

Chaque chauffeur individuel reçoit ainsi un montant égal au nombre de kilomètres parcourus multiplié par 0,35 €.

Le cadre organisateur conserve la recette éventuelle correspondant au minibus, puis la remet au trésorier du Club dans la semaine qui suit.

DÉROULEMENT DES SORTIES

Le cadre est le seul responsable du groupe, et à ce titre est habilité à prendre toute décision concernant le déroulement de la sortie, annulation ou réduction de la sortie, composition des groupes et cordées, etc.

Chacun est tenu de respecter les consignes données par le responsable.

Refuge du Parmelan
(ou Camille Dunant)

altitude : 1825 m, gardé du 8 juin au 28 septembre et les week-ends jusqu' à fin octobre, 50 places, gardien : **Julien Lutz**



ça veut dire ce que ça veut dire...

Venez découvrir notre refuge avec sa vue exceptionnelle à 360° sur le Mont Blanc, le massif des Aravis, des Ecrins...

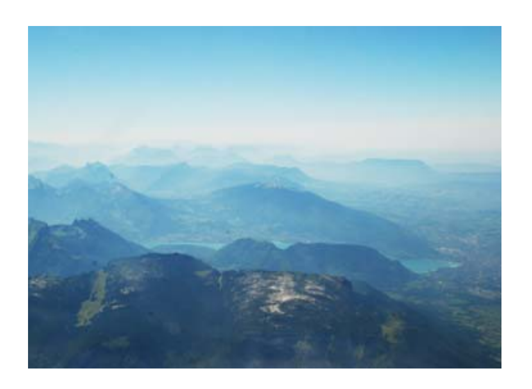
Partez en famille par le sentier démarrant au chalet de l'Anglettaz (possibilité de boucle par le fabuleux plateau de lappiaz) ou pour une randonnée plus soutenue par Villaz ou La Blonnière.

Venez déguster les spécialités savoyardes (farcement, fondue), charcuterie, fromages régionaux et les tartes sucrées.

Pour les sportifs : possibilité d'escalade (site école à côté du refuge, terrain d'aventure dans la falaise) mais aussi spéléologie, parapente...

Nos coordonnées : 04 50 27 29 45 (au refuge), et 06 22 08 30 16 (mobile hors période été).

Email : gardiensparmelan@yahoo.fr



Refuge de la Pointe Percée
(ou Gramusset)

altitude : 2164 m, 48 places
Gardienne : **Marie Jacquet**

Au pied de la Pointe Percée, nous vous proposons de passer deux jours entre copains passionnés de l'escalade ou une soirée en famille entre deux balades.

Le refuge est gardé du samedi 15 juin au dimanche 22 septembre 2013

Les week-ends suivants, sauf intempéries, jusqu'au 27 octobre.

Réservation : auprès de la gardienne 04 50 02 40 90





Rendez-vous chez Camille

le samedi 14 septembre 2013

L'Indicateur de la Savoie publiait le 8 septembre 1883 ces quelques lignes.

« Dimanche 9 septembre : inauguration du chalet du Parmelan. A cette occasion, la sous-section du Club Alpin d'Annecy a organisé une excursion dont voici le programme :

- 9 septembre 1 h. après-midi : réunion des excursionnistes sous les portiques de l'hôtel de ville d'Annecy. Départ en voiture pour Nâves.

- 2 h ½ : départ de Nâves à pied. Arrivée au Parmelan à 6 h.

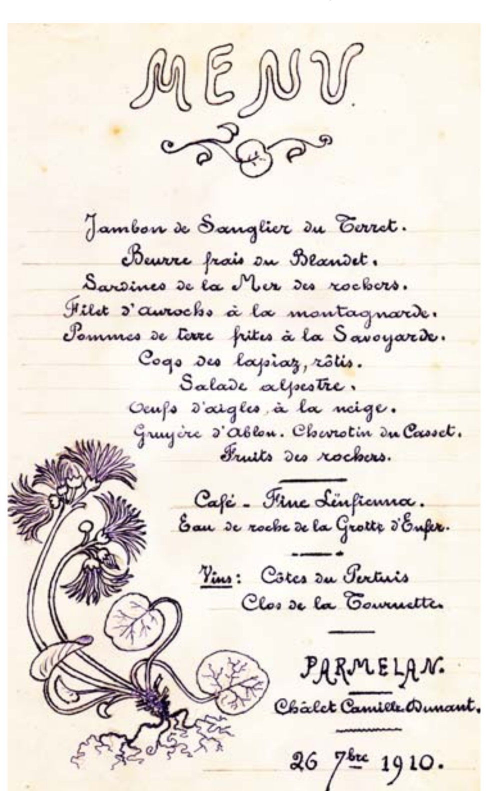
- 7 h ½ souper, éclairage des lapiaz aux flammes de Bengale, feu de joie.

- Lundi 7 h du matin : déjeuner, visite des Lapiaz : le Puits des Neiges, le Cirque, la Porte Cintrée, le Fond Pertuis, la Tour des Pins, la Chapelle Percée, la Grotte d'Enfer (quelques dangers pour les personnes peu habituées aux courses alpestres) ».



Dès lors, faites comme nos valeureux excursionnistes de l'époque, participez aux collectives organisées le samedi 14 septembre par votre activité d'été préférée au club (escalade, randonnée pédestre), mettez-vous au diapason des tenues adoptées par nos prédécesseurs, et munissez-vous d'une cuillère en bois pour déguster le menu (peut-être celui de 1910…).

Inscription le vendredi 6 septembre 2013 pour la nuitée et le repas.



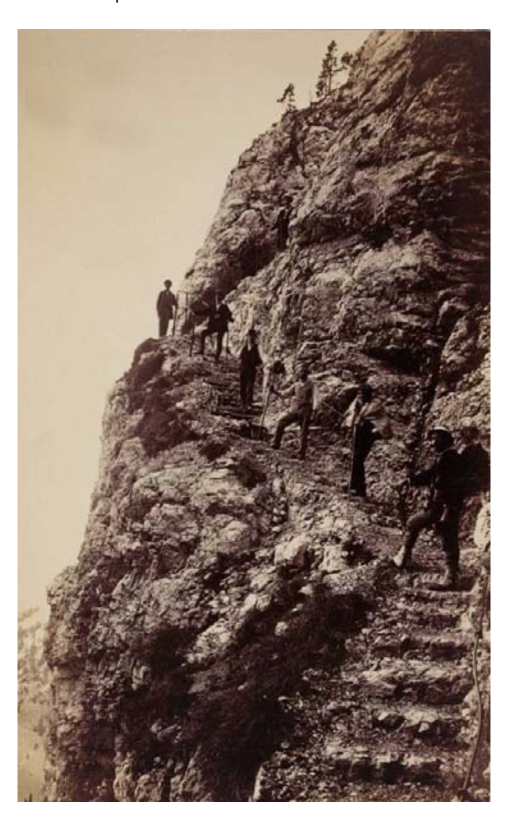
MENU

Jambon de Sanglier du Terret.
Beurre frais du Blandet.
Sardines de la Mer des rochers.
Filet d'aurochs à la montagnarde.
Pommes de terre frites à la Savoyarde.
Coqs des lapiaz, rôtis.
Salade alpestre.
Oeufs d'aigles à la neige.
Gruyère d'Ablon. Chevrotin du Casset.
Fruits des rochers.

Café - Fine Lénfienna.
Eau de roche de la Grotte d'Enfer.

Vins : Côtes du Pertuis
Clos de la Tournette.

PARMELAN.
Châlet Camille Dunant.
26 7bre 1910.



Randorientation

Une fois l'ensemble des démarches réalisées pour monter la manifestation dans l'Ain, un des paramètres ne convient pas, il faut dès lors changer de fusil d'épaule. Donc, en avril des courriers partent en direction du plateau des Glières. Et voilà nos aimables bénévoles engouffrés dans une nouvelle aventure au pays des zones humides, dixit notre adhérent « chouchou ». Ce dernier n'a d'ailleurs pas démérité dans la pose des balises, sous l'œil vigilant de Denis. Revenons sur les zones humides. Isabelle, la secrétaire du club, en fait les frais le dimanche, embourbée jusqu'à la taille et peut-être les six cents autres personnes lancées sur le plateau. De fait, la température s'est aussi rafraîchie en cette mi-octobre.

Cette année, le club d'éducation pour chiens a apporté une pointe d'originalité. Par ailleurs, l'organisation de l'association Mountain Riders a contribué à l'édifice, concernant la protection de la montagne, initiée par Jean-Bernard Mazens et son équipe. Cela a contribué à la réussite de la manifestation. De nombreuses familles ont ainsi participé avec enthousiasme à cette idée, tandis que les orienteurs confirmés, assidus de la boussole, s'engageaient autour du monument de Gilioli, dédié à la Résistance.





La remise des lots a offert à tous un moment convivial, respectant un hasard bienheureux, Christian se prêtant au jeu de la main innocente. Et la pluie, sympa, a attendu le départ des bénévoles, vers 16 heures pour se manifester.

En cette année 2013, la randorientation se déroulera le dimanche 13, en octobre, comme toujours. On change de plateau (destination Sur Lyand) mais pas de braquet : une équipe de bénévoles réactifs.

Chantal Abry

Randorientation 2013

Plateau de Sur Lyand

(Commune Corbonod, Ain)

dimanche 13 octobre

renseignements et inscriptions début septembre

http://randorientation.cafannecy.fr



Commission handicap

deux manifestations importantes a ne pas manquer



DIMANCHE 2 JUIN

Randonnée pédestre au Plateau de Beauregard

– Circuit facile et familial ouvert à tous. Très beau panorama avec vue sur le Mont Blanc et la Chaîne des Aravis.

Départ : 9 heures depuis le Col de la Croix Fry. Prévoir un pique-nique.

Le CAF d'Annecy, en partenariat avec l'IUT d'Annecy le Vieux et l'association Handichiens organisent cette randonnée qui permettra à trois étudiants de l'IUT de valider une épreuve de Communication dans leur parcours de 1ère année et à l'association Handichiens de présenter leur travail d'assistance auprès des personnes handicapées. Quatre goélettes participeront à cette randonnée. Les personnes qui le souhaitent pourront verser un don à Handichiens.

SAMEDI 22 & DIMANCHE 23 JUIN

22ème Montée des jeunes handicapés au refuge du Parmelan

Comme chaque année, vous êtes cordialement invités à cette manifestation.

Programme

Samedi 14 h 00 départ du Chalet de l'Anglettaz
– Montée au Refuge.
– Tyrolienne pour les jeunes organisée par le Secours en Montagne.
– Barbecue offert par certains commerçants d'Annecy et sa région.
– Veillée chantée autour des Feux de la St Jean.
– Nuit au refuge pour les personnes handicapées et sous tentes pour les autres.
- Retour le dimanche matin.

Les personnes intéressées peuvent déjà se faire connaître au secrétariat du Club aux horaires d'ouverture habituels. Des inscriptions seront ouvertes au forum les vendredis 7, 14 et 21 juin auprès de Louis Bocquet et Françoise Moita de 19 h 30 à 21 h 00.

Nous avons besoin d'un grand nombre de bénévoles, et notamment de porteurs, pour que ce week-end soit réussi.

Isabelle Rabatel





Cancans du camp

Alpage de Léchère

Pour nous, cela fut facile. Pour Janine et Jacques, cela demanda beaucoup d'énergie, de temps et d'imagination. Cela, c'est le camp d'été du CAF.

Pour nous, il a suffi d'arriver au camping «Les grandes Jorasses». Rien que le nom est l'indice avant-coureur du programme.

Mais avant de monter les tentes, faisons le tour du panorama. Juste au-dessus de notre regard les Grandes Jorasses, la Dent du Géant, les arêtes de Rochefort, au fond à droite le Dolent, et tout à gauche le Mont Blanc.

Comme dans un petit village gaulois, on peut voir au centre, la tente mess décorée de sa bannière «Club Alpin Français». Une multitude de tentes de deux ou trois chambres entourent le point de rassemblement.

C'est ici que tous les soirs se passent à 18 h 00 les débriefings et briefings suivis d'un rituel collectif, plus ou moins long selon les participants, l'**apéro**.

Dès le campement installé, place aux activités. Elles se déclinent en de multiples possibilités : escalade, randonnée, alpinisme, et à différents niveaux : facile à plus difficile, au choix de chacun.

Dominique, Martine, Janine, Les deux Jacques, Patrick, Claude, André, Jean-Claude, Jean-Pierre, Pascal ont contribué à cette variété d'activités : du Dolent à l'aiguille Croux, de Tré la Tête à la boucle entre Deux Sauts, du Grand Paradis au Mont Chétif, de la traversée Helbronner aux Cosmiques, de 600 mètres à 1300 mètres. Chacun a choisi une voie, un sommet, un refuge.

Janine et Jacques, en organisateurs affûtés, veillaient à ce que toutes et tous puissent trouver «leur compte» y compris de se reposer, car ce camp a duré douze jours. Heureusement qu'il y a eu une journée de pluie pour récupérer !

Et tous les participants ont apporté leur joie, leur bonne humeur pour la satisfaction de tous.

Un autre « must » de ce camp est la présence d'un guide de haute montagne. Cela a permis à certains d'entre nous de réaliser des «courses» plus engagées.

Dernier clin d'œil sur le menu à l'italienne lors du repas de fin de camp. Pizza à tous les moments :

entrée, plat, dessert. Fallait le trouver !

Viviane Coral



Aiguille d'Entrèves


montée au col Ferret

Les traditions ont du bon !

Comme chaque année, le CAF d'Annecy propose un camp d'été ; l'édition 2012 a eu lieu dans le Val Ferret en Italie.

Tradition ne signifie pas passéisme comme l'expérience vécue avec ce CAF le montre : la convivialité est forte grâce au goût partagé pour la montagne.

« L'esprit Club Alpin », dans son volet organisation, est particulièrement développé : proposer chaque jour autant de courses relève du défi. Bravo Janine et Jacques et tous les initiateurs !

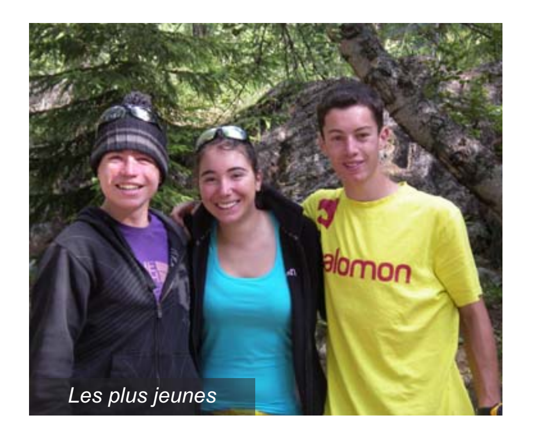
Dans son volet autonomie, une attention significative est donnée aux jeunes.

Dans son volet liberté, il est indéniable que la souplesse de la logistique contribue à l' autonomie et à la convivialité.

A titre personnel, ce séjour a été riche et agréable. Les randonnées pédestres et glaciaires m'ont permis de vivre dans de sublimes paysages dans les meilleures conditions.

Un grand merci pour votre accueil.

Irma, une « petite » savoyarde



Les plus jeunes

Camp été 2013



Haute Maurienne

(Termignon)

du lundi 8 au vendredi 19 juillet 2013

Randonnée, escalade, alpinisme, via ferrata...

renseignements : site internet, affichage au forum

www.cafannecy.fr/partager/camp été





Ça commence comme un poème de Baudelaire. A la baguette, Yvan qui nous a concocté un séjour familial au cordeau.

Rendez-vous est pris à l'auberge de la Fontasse et ses 2 Jean-Pierre qui nous accueillent dans ce lieu au confort rustique mais à l'ambiance chaleureuse. Nous sommes prêts à sortir de notre zone de confort pour connaître une nouvelle expérience : nous sommes venus pour découvrir les « grandes voies », nous, les « bleusards » de l'équipe.

On compte et on recompte le matériel, la quincaillerie.

Sur le séjour, on oubliera tout de même une corde et un sac à dos en bas d'une voie, c'est plus facile pour passer une cheminée, n'est-ce pas Patricia ?

Tous les jours, c'est voyage en terre d'aventure de plusieurs heures. Paysages à savourer, avec toujours la mer qui nous surveille.

Finie la résine colorée, les spits réguliers et les relais parfaits des salles d'escalade.

Yvan notre Maître Yoda et ses petits Jedis (Audrey 10 ans et Geoffroy 13 ans), nous emmènent « en flèche » même si on est parfois un peu « lourds » (dixit Audrey la petite blonde).

On apprend le vocabulaire restreint du grimpeur : vaché, parti, sec, bout de corde, pierre, corde …

C'est l'échappée belle sur le calcaire où les traces d'huîtres fossiles rappellent que la mer ici n'a jamais été bien loin.

D'ailleurs, au cours du séjour dans les passages plus fins, j'envierai le bernique qui arrive si bien à faire corps avec le rocher.

Quand le soleil décline des « lames » des Goudes au Cap Canaille, nous rentrons fourbus mais enchantés.

Le soir, on se raconte. Topos étudiés avant l'apéro par Yvan : marche d'approche, la descente ou la possibilité de rappel. Les adultes récupèrent avec l'EPO locale (Eau, Pastis, Olives) ou en variante les 3 P (Pastis, Pinard, Pizza) pendant que les enfants préparent les repas.

Fous rires et partage avec les résidents de l'auberge (ah ! le limoncello des randonneurs marseillais…)

Le couvre-feu arrive trop vite. Demain, on retournera sur les parois, là où même les mouettes reculent. J'essaierai bien au petit matin de voler les chaussons d'Yvan, mais rien n'y fera.

Quand on ne grimpe pas, les randonnées de calanque en calanque jalonnent nos journées.

Voilà la semaine est déjà finie, on se baigne sur le front de mer, on va voir jouer l'OM au vélodrome et on se donne RDV pour d'autres grandes voies peut-être …

Merci à tous, aux Prévost bien sûr, et aussi aux Lefort-Kastler pour avoir partagé ces moments inoubliables.

Les Lourman



Ma première grande voie

A l'idée de faire une grande voie, deux sentiments étaient présents : La joie et l'inquiétude. La joie de monter avec les PREVOST et le stress de ne pas être à la hauteur.

En bas du sentier, nous avons pique-niqué puis nous sommes partis pour une longue et interminable marche. Comme dit Audrey « montez pour redescendre » était la bonne formule. Nous avons commencé par un rappel dans le vide. Puis l'épreuve commença ! Yvan partit en premier pour assurer Audrey et moi. Le début n'était pas difficile. Puis s'en suivi la cordée de Caroline alias Patricia, Geoffroy et de Cécilia .Nous montions à vitesse modérée quand vint une traversée. La difficulté était là mais les manips de cordes nous sauvèrent. Le dernier morceau était facile mais dans le froid.

Même si c'était ma première grande voie, j'en garde un excellent souvenir et espère retrouver ce plaisir sincère.

Merci beaucoup à Yvan qui est un excellent prof mais aussi un excellent ami.

Lucas Lourman



Malgré une très longue marche d'approche (de vingt minutes !!!), et quelques embouteillages sur le commencement de cette grande voie qui débute par deux rappels, j'ai beaucoup aimé notre petite expédition.

Nous avons grimpé à six sur deux cordées l'une derrière l'autre, la première était composée dans l'ordre de Yvan, sa fille Audrey (dix ans), puis mon frère Lucas (onze ans), la seconde comptait Geoffroy (douze ans) en tête, ma mère Caroline et enfin moi (quinze ans).

La voie était assez facile mais comme s'était seulement ma deuxième grande, j'ai pu ainsi apprendre par exemple à équiper un relais, et observer l'organisation d'un groupe et réviser mes manipulations de cordes.

Le point négatif de cette journée était quand même le temps qui est resté couvert tout l'après-midi, nous avons vraiment redouté qu'il pleuve (c'est le danger de l'escalade), de plus avec le vent lorsque l'on assure son partenaire, il faisait un peu froid.

Pour des grandes voies, je conseillerai des talkies walkies qui sont des outils de communication assez pratiques.

Pendant toute la durée de la voie, nous avions une magnifique vue sur le lac d'Annecy et nous avons compté seize piscines.

Bref, c'est un parcours sympa à passer en famille ou entre amis. Je remercie particulièrement Yvan pour cette aventure.

Cécilia Lourman



Escalade



Philippe Gabaud, Gilles Rassat,
Alexandre Gilodi, René Bosson
Contact : escalade@cafannecy.fr

Voici le programme pour cette nouvelle saison. Ce programme n'est pas complet car très souvent des sorties hors programme ont lieu. Des modifications peuvent être apportées à ce programme pour cause de mauvaise météo ou pour convenances personnelles des organisateurs. Pour en savoir plus, il suffit de consulter le panneau d'affichage ou http://www.cafannecy.fr/ .

Sorties Pour Tous

Cette saison, à partir de début mai et jusqu'au mois de septembre, le club proposera chaque dimanche des collectives appelées "sortie pour tous".
- Le site, l'heure et le lieu du rdv seront choisis le vendredi soir au local du club en fonction des grimpeurs souhaitant participer et des conditions météo.
- Il pourra s'agir d'un site de "couennes" (voies d'une longueur) ou d'un site de grandes voies (voies de plusieurs longueurs).
- Le niveau des voies dépendra des participants.
- Les grimpeurs devront être âgés de plus de 15 ans, maîtriser l'ensemble des techniques de sécurité et avoir été initiés au rappel pour les grandes voies.

Matériel nécessaire minimal: baudrier, chaussons, système d'assurage, 2 mousquetons à vis, 1 "vache".
Pour les grandes voies, le port du casque est obligatoire.
Pour toute inscription, la carte CAF pourra vous être demandée.
Bonne grimpe à tous !

DIMANCHE 5 MAI
- Sortie pour tous

DIMANCHE 12 MAI
- Sortie pour tous

DIMANCHE 19 MAI
- Sortie pour tous

DIMANCHE 26 MAI
- Sortie pour tous

SAMEDI 01 JUIN
- **Mme Mummery,** Jalouvre, ∆ 200 m/6 long, 5c max, René Delieutraz

DIMANCHE 02 JUIN
- Falaise du Sapenay, Tous niveaux, 7 pers. max, Dominique LAVOREL

SAMEDI 08 ET DIMANCHE 09 JUIN
- **La Pierra Menta** face ouest : Loustalot-Zwingelstein - face est : Berard-Rigotti, Beaufortain, ∆ 145 m/5 long. - 100 m/5 long.- 5+/6a oblig, Inscription le 31/05, Patrice Vivier et Philippe Gregoire

DIMANCHE 9 JUIN
- Sortie pour tous

DIMANCHE 16 JUIN
- Sortie pour tous

DIMANCHE 23 JUIN
- Sortie pour tous

SAMEDI 29 ET DIMANCHE 30 JUIN
- **La Dibona** (face sud), Oisans, 5c, nuit en refuge, Inscription le 21/06, Patrice Vivier et Philippe Gregoire

SAMEDI 29 JUIN
- **Dzerat-Dzerat** pas, pointe du Midi, ∆ 280 m/10 long., 5a max, René Delieutraz

DIMANCHE 30 JUIN
- **L'été Indien,** Pointe de Chombas, Aravis, ∆ 200 m / 5 long., 5c, marche d'approche longue, Jean-François Lavorel
- Sortie pour tous

SAMEDI 06 ET DIMANCHE 07 JUILLET
- **Secteurs Faucon - Aspic "Marmottons" et Toper "Millénium"**, Cornettes de Bises, Chablais , ∆ 130m/6 long. et 150m/ 8 long., 5a (4b) / 5a (4a), inscription le vendredi 28 juin, Pascal Deligeon

DIMANCHE 7 JUILLET
- Sortie pour tous

DIMANCHE 14 JUILLET
- Sortie pour tous

DIMANCHE 21 JUILLET
- Sortie pour tous

DIMANCHE 28 JUILLET
- Sortie pour tous

DIMANCHE 4 AOÛT
- Sortie pour tous

DIMANCHE 11 AOÛT
- Sortie pour tous

DIMANCHE 18 AOÛT
- Sortie pour tous

SAMEDI 24 AOÛT
- **Into the wild,** Aiguilles Rouges, ∆ 300 m/10 long., 5c/6a, Janine Ducruet et Claude Pouey

DIMANCHE 25 AOÛT
- Sortie pour tous

DU VENDREDI 30 AU DIMANCHE 01 SEPTEMBRE
- **Nous partirons dans l'ivresse** (Meije), Oisans, ∆ 450 m/10 long., 6a, départ vendredi après-midi, nuit en refuge, inscription par mail : philou074@yahoo.fr, Patrice Vivier et Philippe Gregoire

SAMEDI 31 AOÛT
- **Ombre Chinoise,** Paroi de Gramusset, Aravis, ∆ 200 m/8 long., 5c/A0, d'autres voies possibles selon niveau du groupe, Darin Reisman et Alexandre Gambier

DIMANCHE 1ER SEPTEMBRE
- Sortie pour tous

SAMEDI 07 SEPTEMBRE
- **A nos belles années,** Le Bouton, Tournette, ∆ 330 m/10 long., 5a max, René Delieutraz

DIMANCHE 08 SEPTEMBRE
- Sortie pour tous

DIMANCHE 15 SEPTEMBRE
- Sortie pour tous

SAMEDI 21 ET DIMANCHE 22 SEPTEMBRE
- Sortie pour tous

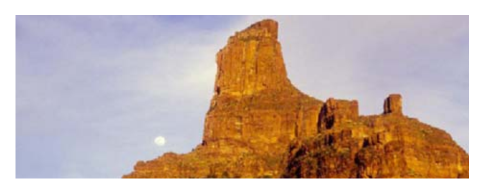
SAMEDI 21 ET DIMANCHE 22 SEPTEMBRE
- **Week-end à Presles** (grandes voies), 6a en tête, programme. à définir suivant les participants, 4 à 6 pers, date limite d'inscrip. le 06/09, Dominique Lavorel

DIMANCHE 22 SEPTEMBRE
- Sortie pour tous

SAMEDI 28 ET DIMANCHE 29 SEPTEMBRE
- **La Chapelle de la Glière** (arête Sud), La voie des dalles (aiguille du Pouce), Aiguilles Rouges, ∆ 350m–250 m/11 long., 5c, bivouac, Patrice Vivier et Philippe Gregoire

DIMANCHE 29 SEPTEMBRE
- Sortie pour tous

SAMEDI 12 ET DIMANCHE 13 OCTOBRE
- **Week-end à Orpierre** (falaise école), Hautes-Alpes, tous niveaux, nuit sous tente, départ possible le vendredi soir, Patrice Vivier et Philippe Gregoire



DU 23 AU 30 NOVEMBRE
- Escalade aux Canaries
- Renseignements dès parution de ce programme auprès de Laurent : laurent-h74@hotmail.fr

GRIMPER AU CAF ANNECY DURANT L'HIVER 2013-2014 SUR S.A.E.

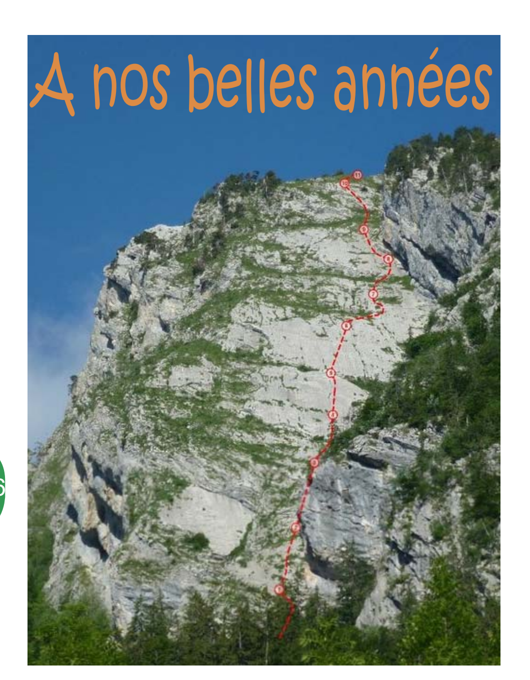
A l'heure où nous imprimons ce programme, nous ne connaissons pas l'affectation des différentes S.A.E. de la Communauté de l'Agglomération d'Annecy (C2A) pour la saison 2013-2014. Pour connaître le lieu et les horaires des cours et des accès libres, veuillez consulter le panneau d'affichage ou sur *http://www.cafannecy.fr/* ou par mail : escalade@cafannecy.fr

COURS Les inscriptions auront lieu à partir du 6 septembre 2013 de 19 h 30 à 20 h 30.
Vous pouvez vous inscrire pour :
●**Un trimestre** : octobre - décembre ou janvier - avril.
- **Tarifs** : Enfants et ado : 30 Euros - Adultes : 50 Euros
●**Un semestre** : octobre - avril
- **Tarifs** : Enfants et ado : 50 Euros - Adultes : 90 Euros

Les personnes inscrites aux cours d'hiver seront prioritaires pour l'inscriptions aux cours en falaises du printemps suivant.

ACCÈS LIBRE:
Les inscriptions pour l'accès aux murs et au pan de la C2A auront lieu à partir du 13 septembre 2013 de 19 h 30 à 21 h, (tarif : 20 euros pour un accès mur ou pan, ou 25 euros pour un accès mur et pan).
Pour les personnes ayant une licence autre que celle du CAF Annecy, la double affiliation sera demandée.

A nos belles années



C'est dans « à nos belles années » (versant est de la Tournette), que se cachent 2 équipes d'escaladeurs.

La première équipe : Yvan Prévost en tête suivi de Charlotte et Arthur Kastler.

La deuxième équipe : Geoffrey Prévost en tête suivi d'Audrey Prévost et Patricia Lefort.

Après 11 longueurs, enfin arrivés au sommet pour pique-niquer !

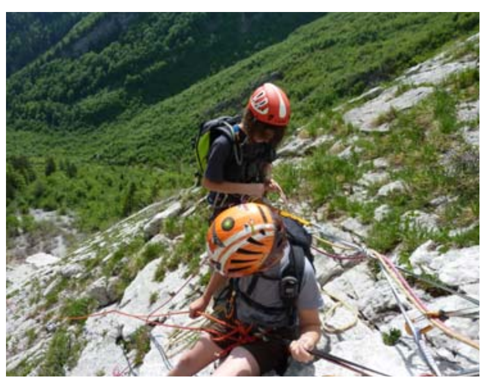
C'était un magnifique paysage qui nous entourait.

J'ai compris ce jour-là que l'escalade pouvait représenter un grand danger et qu'il fallait prendre toutes les précautions possibles.

« À nos belles années »

Surtout n'hésitez pas à l'essayer !

Charlotte Kastler





Quand le caf sort son arme secrète
tout le monde est à la fête
d'un plaisir exaltant
fait de divertissement
dans une sortie très appréciable
au réconfort d'une grillade,
comme une joie qui nous est servie
au plaisir de la vie.

Une journée de félicité
agréable de convivialité
dans une ambiance opportune
au plaisir de chacun et chacune

Un parcours de style
où le cœur vacille
de satisfaction bien ordonnée
dans une atmosphère désirée
à grignoter d'impatience
un instant de bonheur
pour des randonneurs
sur des sommets d'appétences.

Où tout le monde a le beau rôle
à se saouler de paroles
autant que de vin
comme un plaisir divin
quand le barbecue diffuse un peu de chaleur.

Inspiration montagnarde
où le feu de l' action
consume une vie de passion
aux souvenirs qui s'attardent
dans l'amitié des cœurs!

Aubin des cimes

Cours de Gym au CAF

René Christin

Les cours de Gym reprennent au gymnase du Centre Wallon (au-dessous du Collège d'Evire).

Musculation, assouplissements et étirements font partie du programme !

Tous les mercredis, hors vacances scolaires,

de 18 h 30 à 20 h - du 2 Octobre au 23 avril 2014

Participation : **50 €** pour la saison.

Première séance le mercredi 2 Octobre (qui peut être une séance d'essai)

Tenue habituelle pour ce type d'activité, avec chaussures de sport d'intérieur

Ensuite, inscription au Secrétariat

plus d'infos : secrétariat ou René Christin



Nordic Walking

ou marche dynamique

André Dufiet

Ce n'est pas de la randonnée pédestre avec bâtons, c'est une marche dynamique utilisant les bâtons comme propulseurs et faisant travailler 90% des muscles. Cette activité améliore la coordination des mouvements et renforce le cardiovasculaire.

Nous la pratiquons tous les samedis matins de 9 h à 11 h 30 au Semnoz (sauf pluie).

André Dufiet 04 50 27 65 40



AU CLAIR DE LA PLEINE LUNE

Avec quelques poètes déguisés

Je suis l'octogénaire, solitaire et glacé,
Le Normand, incrusté en CAF et Gévrier,
Pierre, parmi les pierres, Nature, je reviens,
Pour la dernière fois, c'est sûr et c'est certain.

Toute lune est atroce et tout soleil voilé
Car la lune, neuve ou pleine, ne fait pas de quartier.
Là, manque un vers ou deux et c'est tout délavé :
Une larme peut être, plutôt, la goutte au nez !
L'azur, l'azur, l'azur, et vous forêts profondes
Je suis venu vers vous humer le chant du monde…
Montagnes, mesdames, grandes et petites sœurs,
Gardez le souvenir de ces jours de douceur
Car sans vous, pour le dire en accents shakespeariens,
Il ne reste de moi, quand j'expire rien.

Guillaume A., Charles B., Alphonse de L.,
Stéphane M., Gérard de N., Arthur R.,
Pierre M.

Randonnée montagne

Martine Piétu



Les vingt initiateurs randonnée montagne du CAF d'Annecy vous proposent pour cette saison un programme varié avec, bien sûr, pour les cafistes de longue date, des sorties exigeant un bon entraînement, mais aussi des sorties de découverte, avec des dénivelées (notées Δ) plus modestes et une envie de porter un autre regard sur l'environnement montagnard, sur l'art de la marche, ainsi qu'un nombre important de sorties faciles, en particulier le week-end. Vous pourrez participer à des randonnées correspondant à votre niveau, votre forme du moment : promenade en forêt, circuit, découverte du patrimoine, parcours d'arête, traversées insolites…. l'encadrant sera responsable de la sécurité de tous, et, à cette fin, il est nécessaire pour chacun de bien respecter les consignes.

Petit rappel des cotations : la randonnée montagne se déroule hors des zones enneigées et hors glaciers, et ne nécessite pas la mise en œuvre de techniques d'escalade. Vous trouverez dans ce programme des randonnées de niveau R1 (Δ inférieure à 1000 m, sans difficultés), ou R2 (marche assez longue, Δ supérieure à 1000 m, ou comportant une courte difficulté : passage aérien, traversée de névé, absence de sentier), ou R3 (randonnée très longue, Δ supérieure à 1500 m ou se déroulant à plus de 3000 m d'altitude et présentant une sérieuse difficulté).

La commission CPM (connaissance et protection de la montagne) organise deux soirées conférences : sur les roches et reliefs des Alpes, d'une part, sur la toponymie (noms des lieux et sommets, d'où viennent-ils ?) d'autre part, ainsi qu'un week-end consacré à la botanique « flore et nature au Mont-Cenis».

Si vous souhaitez vous perfectionner en lecture de carte et en orientation, n'hésitez plus : des week-end de formation sont proposés (unités de formation cartographie-orientation, niveau 1 et niveau 2).

Les inscriptions sont obligatoires le vendredi soir à partir de 19 h 30 (pas d'inscription avant 19 h 30). Pour certaines sorties (week-end ou raids), il est nécessaire de prendre contact avec l'initiateur bien avant (se conformer aux indications du programme). Les inscriptions par internet sont possibles à l'initiative de l'encadrant, à condition de ne pas dépasser 50 % des participants.

Pour une information actualisée et pour découvrir des sorties " surprise " (certaines sorties pourront être ajoutées à ce programme, selon la météo, ou l'humeur du moment...), vous pouvez consulter le site internet du club.

Pour nous joindre : rando@cafannecy.fr

Bonne saison de randonnées en montagne !

JEUDI 2 MAI
- **Sortie grillades,** Bauges, 700 m, Δ 400 m, R1, Michel Hayotte

SAMEDI 4 MAI
- **Dent du Chat,** Epines, 1435 m, Δ 900 m, R1, Jean-Claude Corsetti

DIMANCHE 5 MAI
- **Col des Bornettes,** Bauges, 1469 m, Δ 643 m, R1, Estelle Quétard

JEUDI 9 MAI
- **Mont Baret,** Veyrier, 1227 m, Δ 600 m, R1, circuit, Michel Hayotte

SAMEDI 11 MAI
- **Mont Granier,** Chartreuse, 1633 m, Δ 850 m, R2, Jean-Claude Corsetti
- **Tour du bois des Combettes,** Bauges, 1350 m, Δ 480 m, R1, circuit, Patrick Martin

DIMANCHE 12 MAI
- **Refuge de Larrieux,** Bornes, 1532 m, Δ762m, R1, Mireille Demeure
- **Montagne des Princes,** Albanais, 930 m, Δ 480 m, R1, sortie fleurs, Monique Knipiler

MARDI 14 MAI
- **Pointe de la Croix,** Chablais, 1815 m, Δ 800 m, R1, Gilles Furtin

- **Tour de Beauregard,** Bornes, 1750 m, ∆ 550 m, R1, André Dufiet

JEUDI 16 MAI
- **Fort de Montgilbert,** Hurtières, 1385 m, ∆ 600 m, R1, circuit, Michel Hayotte
- **Combe de l'Enfer,** Jura, 1515m, ∆ 1350m, R3, circuit en partie hors sentier, Micle Bouron

SAMEDI 18 MAI
- **La Roche Parnal,** Bornes, 1896 m, ∆ 725 m, R1, Jean-Claude Corsetti

DIMANCHE 19 MAI
- **Le Môle,** Faucigny, 1863 m, ∆ 1100 m, R2, Gilbert Chardon

MARDI 21 MAI
- **Croix du Belvédère,** Bornes, 1600 m, ∆ 700 m, R1, circuit, Michel Hayotte
- **Les Monts d'Ain,** Bugey nord, 1127 m, ∆ 650 m, R1, Gilles Furtin
- **Tour du Rocher du Roux,** Bornes, 1424 m, ∆ 1100m, R2 long, Anne-Laure Credoz

MERCREDI 22 MAI
- **Chalets des Fonts,** Giffre, 1368m, ∆ 520m, R1, Mireille Demeure

JEUDI 23 MAI
- **Traces de dinosaures à Plagne,** R1, André Dufiet
- **Pic de Marcelly,** Faucigny, 1999 m, ∆ 550 m, R2 ,"Pas de l'âne" un peu exposé, Joseph Ponchaud

SAMEDI 25 MAI
- **Tour de la montagne de Sulens,** Bornes, 1650 m, ∆ 480 m, R1, circuit,



Patrick Martin
- **Charmant Som,** Chartreuse, 1867 m, ∆ 950 m, R1, circuit, Jean-Claude Corsetti

FEUX DE LA SAINT-JEAN
du samedi 22 juin à 13 h
au dimanche 23 juin à 13 h

22EME MONTÉE DES HANDICAPÉS
jeunes et adultes au Parmelan.

Animations, repas champêtre offert aux porteurs,
veillée autour d'un grand feu de bois.
Nuit sous tente ou refuge selon dispo
Retour parking vers 13 h

Nous ne devons pas être les seuls à pouvoir profiter des joies de la montagne. Soyez volontaires pour porter (chaise à porteur) et aider nos amis à monter, afin qu'ils puissent eux aussi ressentir cet enchantement qui vous envahit à chaque sommet.

D'avance, merci de leur part !

INSCRIPTION POUR LE PORTAGE DU 1ER JUIN AU 15 JUIN

DIMANCHE 26 MAI
- **Patrimoine en Vallée Verte,** Chablais, 1457 m, ∆ 350 m, R1, petits circuits, Gilbert Chardon

MARDI 28 MAI
- **Croix Cartier - Le Treu** en traversée, Aravis, 1835 m, ∆ 1200m, R2, Anne-Laure Credoz

JEUDI 30 MAI
- **Le Môle,** Faucigny, 1863m, ∆ 700m, R1, Monique Souel

SAMEDI 1 JUIN
- **Tour Sambuy,** Bauges, 2173 m, ∆ 1300 m, R2, long, Jean-Claude Corsetti

DIMANCHE 2 JUIN
- **Le Grand Roc,** Bauges, 1814 m, ∆ 800 m, R1, circuit fleurs, Gilbert Chardon

MARDI 4 JUIN
- **Pointe du Marcelly,** Chablais, 1999 m, ∆ 700 m, R2, Gilles Furtin
- **Col d'Arclusaz** (circuit), Bauges, 1770 m, ∆ 900 m, R2 long, Anne-Laure Credoz
- **Crêt du Nu,** Jura, 1350 m, ∆ 400 m, R1, André Dufiet

MERCREDI 5 JUIN

- **Conférence CPM** à 20 h, roches et reliefs des Alpes, M.H.Widmer

JEUDI 6 JUIN

- **Grotte de Richarmé,** Bornes, 1636 m, ∆ 1100 m, R2, Michel Hayotte
- **Refuge de Mery,** Bornes, 1721m, ∆ 1000 m, R2, Mireille Demeure

SAMEDI 8 JUIN

- **Roc de Tavaneuse,** Chablais, 2156 m, ∆ 1100 m, R2, Jean-Claude Corsetti



DIMANCHE 9 JUIN

- **Mont Tendre,** Jura, 1679 m, ∆ 700 m, R1, Alain Louis
- **Crêt de la neige et Reculet,** Jura, 1720m, ∆ 851 m, R2, Monique Knipiler

MARDI 11 JUIN

- **Tête de Cuvy,** Beaufortain, 1991 m, ∆ 750 m, R1, Gilles Furtin
- **Dzonfié et Quermoz,** Beaufortain, 2455 m, ∆ 1400 m, R3, long, Joseph Esseul

SAMEDI 15 JUIN

- **Bois de la Duche,** Bornes, 1707 m, ∆ 450 m, R1, circuit, Patrick Martin

DIMANCHE 16 JUIN

- **Tour du Nifflon,** Bauges, 1763 m, ∆ 787 m, R1, Estelle Quétard
- **Le petit Bargy,** Bornes, 2098 m, ∆ 850 m, R1, circuit, Martine Piétu
- **Mont Joigny, Chartreuse,** 1556 m, ∆ 500 m, R1, Gilles Furtin

MARDI 18 JUIN

- **Les rochers de la Bade,** Bauges, 1850 m, ∆ 1000 m, R3, parcours d'une crête, Michel Bouron

JEUDI, 20 JUIN

- **Le lac de Branlay,** Lauzière, 2027 m, ∆ 950 m, R1, circuit, Michel Hayotte

SAMEDI 22 JUIN

- **Les Crêtes du Mont Charvet,** Vanoise, 2361 m, ∆ 1000 m, R2, circuit, Jean-Claude Corsetti

DIMANCHE 23 JUIN

- **Rocher des Enclaves,** Beaufortain, 2465 m, ∆ 1100 m, R2, boucle, Viviane Coral
- **Aiguillette des Houches,** Aiguilles Rouges, 2285 m, ∆ 850 m, R1, départ Merlet, retour Bellachat, Monique Knipiler

MARDI 25 JUIN

- **Col Cherel,** Bauges, 1495 m, ∆ 550 m, R1, Jacques Ferry
- **Le Grand Manti,** Chartreuse, 1799 m, ∆ 850 m, R2 long, Gilles Furtin

JEUDI 27 JUIN

- **Col de l'Arc,** Lauzière, 854 m, ∆ 800 m, R1, circuit, Michel Bouron
- **Quatre têtes,** Aravis, 2364 m, ∆ 1250 m, R2, circuit, Joseph Ponchaud

SAMEDI 29 JUIN

- **Dent de Crolles,** Chartreuse, 2062 m, ∆ 650 m, R2, Jean-Claude Corsetti

DIMANCHE 30 JUIN

- **Le Salève,** Salève, 1280 m, ∆ 700 m, R2, Balcons du Léman Circuit par grotte Orgelet, Gilbert Chardon
- **Colomban,** Bornes, 1691 m, ∆ 350m, R1, circuit, Patrick Martin

MARDI 2 JUILLET

- **Par sangles et crêtes autour de Crolles,** Chartreuse, 2200 m, ∆ 1324 m, R3, Joseph Esseul
- **La Margériaz,** Bauges, 1850 m, ∆ 500 m, R1, circuit des tannes et glacières, André Dufiet

JEUDI 4 JUILLET
- **Pointe de Sosay,** Aravis, 1894 m, ∆ 970 m, R1, Michel Hayotte
- **Roche du Guet,** Bauges, 1209 m, ∆ 400 m, R1, Jacques Ferry

SAMEDI 6 JUILLET ET DIMANCHE 7 JUILLET
- **Petit Mont Cenis,** week-end CPM sur la flore, Estelle Quétard et Jean-Bernard Mazens

DIMANCHE 7 JUILLET
- **Grand Mont d'Arèches,** Beaufortain, 2686 m, ∆ 815 m, R2, Viviane Coral

MARDI 9 JUILLET
- **Le Mont St Jacques,** Beaufortain, 2407 m, ∆ 700 m, R2, Gilles Furtin
- **Pas de Monthieu** par les chalets de Mayères, Aravis, 1820 m, ∆ 900 m, R2 long, Anne-Laure Credoz

JEUDI 11 JUILLET
- **Rochers Pierre Arbine** par le lac du Clou, Haute-Tarentaise, 2650 m, ∆ 1200 m, R3, final parcours d'une arête, Michel Bouron
- **Les cinq lacs,** Beaufortain, 2532 m, ∆ 1000 m, R2/R3, circuit, long, Monique Souel

SAMEDI 13 JUILLET
- **Pointe d'Almet,** Aravis, 2232 m, ∆ 600 m, R1, Jean-Claude Corsetti

DIMANCHE 14 JUILLET
- **Les Crêtes de Flaine Bellachat,** Giffre, 2309 m, ∆ 800 m, R2/R3, circuit, passages aériens, Gilbert Chardon
- **Chalet de la Mare,** Bornes, 1430 m, ∆ 430 m, R1, Patrick Martin

MARDI 16 JUILLET
- **La Combe de la Grande Valloire,** Belledonne, 2450m, ∆ 1440 m, R3, Joseph Esseul
- **Dent d'Oche,** Chablais, 2222 m, ∆ 1200 m, R3, Joseph Ponchaud

JEUDI 18 JUILLET
- **Dent du Corbeau,** Lauzière, 2286 m, ∆ 800 m, R2, circuit long, Michel Hayotte
- **Aiguille Grive,** Vanoise, 2732 m, ∆ 1100 m, R3, circuit à partir de Plan Peisey, Martine Piétu

SAMEDI 20 JUILLET
- **Pointe de la Grande Journée,** Beaufortain, 2250 m, ∆ 1000 m, R1, Jean-Claude Corsetti



SAMEDI 20 JUILLET ET DIMANCHE 21 JUILLET
- **Week-end marmottes de Prapic,** Dévoluy, 1550m, ∆ 800 m, R1, 35 euros la 1/2 pension, 8 places, arrhes 15 euros, inscription par mail dès parution de la revue, Mireille Demeure fjord74@orange.fr

DIMANCHE 21 JUILLET
- **Lac de Pormenaz,** Aiguilles Rouges, 2022 m, ∆ 920 m, R2, Estelle Quétard
- **La Tournette,** Bornes, 2351 m, ∆ 1500 m, R3, circuit par les Praz-Dzeures, Martine Piétu

DU LUNDI 22 JUILLET AU SAMEDI 27 JUILLET
- **Raid de 6 jours en étoile dans les Alpes Grées,** Mont-Cenis, 3504 m, ∆ 850 m à 1560 m, R3, quelques parties hors sentier, Pointe de Bellecombe 2755m, Pointe de Droset 2917m, Mont Giusalet 3312m, Pointe du Lamet 3504m, Col du Lou 3042m, refuge Avanza par les lacs, hébergement refuge Petit-Mt-Cenis, 9 personnes, arrhes 60 euros, inscription le 17 mai, Michel Bouron

MARDI 23 JUILLET
- **Refuge de la Motte,** Tarentaise, 1958m, ∆ 500 m, R1, Jacques Ferry
- **Grand Arc,** Lauzière, 2484 m, ∆ 1200 m, R2, long, Anne-Laure Credoz

JEUDI 25 JUILLET
- **Refuge de la Vogealle,** Faucigny, 2001m, ∆ 1000 m, R2, circuit, Monique Souel
- **Aiguille d'Ayère,** Fiz, 2641 m, ∆1200 m, R3, Joseph Ponchaud

DIMANCHE 28 JUILLET
- **Trélod,** Bauges, 2157 m, ∆ 1212 m, R2, Estelle Quétard
- **Vésevey,** Mont blanc, 2096 m, ∆ 523 m, R1, bisse, Monique Knipiler

MARDI 30 JUILLET
- **Refuge du plan de l'Aiguille,** Mont blanc, 2207m, ∆ 1100 m, R2, Mireille Demeure
- **Roc de Blanchon,** Vanoise, 2747 m, ∆ 1100 m, R3, circuit en partie hors sentier par cirque du Génépy et des Nants, long et difficile, Michel Bouron

JEUDI 1ER AOÛT
- **Tête nord des Fours,** Beaufortain, 2756 m, ∆ 1135 m, R2, long, Monique Souel
- **Col du Bonhomme,** Beaufortain, 2329 m, ∆ 700 m, R1, Michel Hayotte

DIMANCHE 4 AOÛT
- **Dent de Crolles,** Charteuse, 2062 m, ∆ 1200 m, R3, circuit long par cheminée du Paradis et Chaos Bellefond, 8 pers, Gilbert Chardon

MARDI 6 AOÛT
- **Mont Mirantin** par la Roche Pourrie, Beaufortain, 2428 m, ∆ 1250 m, R3, Anne-Laure Credoz

JEUDI 8 AOÛT
- **Lac du Mt Charvin,** Bornes, 2011 m, ∆ 815 m, R1, Mireille Demeure

DU SAMEDI 10 AOÛT AU DIMANCHE 11 AOÛT
- **Tour des Cornettes de Bise,** Chablais, 2236 m, ∆ 2230 m, R3, nuit au refuge de la Vouivre, bons marcheurs, inscription par mail dès parution de la revue, Estelle Quétard,caf.cpm.74@gmail.com

DIMANCHE 11 AOÛT
- **Tête de Bostan,** Giffre, 2295 m, ∆ 1300 m, R3, circuit par le Pas de la Bide (Suisse) et le Pas de la Latte, Gilbert Chardon

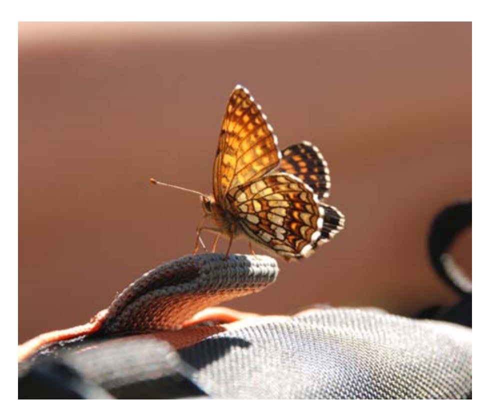
MARDI 13 AOÛT
- **Aiguille de Roselette** (circuit), Mont-Blanc, 2384 m, ∆ 1200 m, R3, Anne-Laure Credoz
- **Tête des Lindars,** Fiz, 2560 m, ∆ 1000 m, R2, Monique Souel

MERCREDI 14 AOÛT
- **Grotte d'Enfer,** Bornes, 1676 m, ∆ 600 m, R1, André Dufiet

JEUDI 15 AOÛT
- **Le grand Moulin,** Belledonne nord, 2495 m, ∆ 1000 m, R2, circuit, Michel Hayotte

DIMANCHE 18 AOÛT
- **Refuge de Gramusset,** Bornes, 2164 m, ∆ 1000 m, R2, Mireille Demeure
- **Crêt du Char,** Bauges, 1468 m, ∆ 450 m, R1, Patrick Martin

MARDI 20 AOÛT
- **Lac Cornu,** Aiguilles Rouges, 2562 m, ∆ 600 m, R1, téléphérique, Jacques Ferry
- **Grand Charnier** (circuit), Belledonne, 2560 m, ∆ 1000 m, R2, long, Anne-Laure Credoz



MARDI 20 AOÛT ET MERCREDI 21 AOÛT
- **Raid de 2 jours autour de la Vallée des Glaciers,** ∆ 1700 et 700m, R3, rando itinérante avec nuitée en refuge, pour très bons marcheurs expérimentés, une grande partie hors sentier, passages de câble et main courante. hébergement refuge, 7 personnes, arrhes 20 euros, inscriptions le 5 juillet, Michel Bouron

SAMEDI 24 AOÛT ET DIMANCHE 25 AOÛT
- **Pointe Perfia et Pas du Taureau,** Haut Giffre, 2475 m, ∆ 1100 m et 1700 m, R3, hébergement en camping, inscription par mail dès parution de la revue, Alain Louis, balme74@orange.fr

DIMANCHE 25 AOÛT
- **Chalets de Salvadon,** Sixt Fer à Cheval, 1713 m, ∆ 895 m, R1, Monique Knipiler
- **Grand Som,** Chartreuse, 1840 m, ∆ 941 m, R3, passage avec câbles, Estelle Quétard

MARDI 27 AOÛT
- **Le Reculet,** Jura, 1719 m, ∆ 750 m, R1, Gilles Furtin
- **Tête Pelouse** (circuit), Aravis, 2537 m, ∆ 1100 m, R2 long, Anne-Laure Credoz

JEUDI, 29 AOÛT
- **Tête Pelouse,** Aravis, 2537 m, ∆ 1200 m, R2, Michel Hayotte
- **Tête Nord des Fours,** crêtes des Gîtes, Beaufortain, 2756 m, ∆ 950 m, R2, Gilles Furtin

DU SAMEDI 31 AOÛT AU JEUDI 5 SEPTEMBRE
- **Traversée des Bornes,** d'Annecy à la Clusaz, Bornes,2468 m, ∆ 500 à 1300 m de montée par jour, et 700 à 1000 m de descente par jour, R1/R2,en six jours, sans voiture, (Parmelan, plateau des Glières, Aiguille Verte, refuge Gramusset, pointe de Chombas, trou de la Mouche), 10 personnes, 5 nuits en refuge ou gîte, arrhes 50 euros, inscription le 14 juin et le 28 juin (détails disponibles par mail),Martine et Jacques Piétu, rando@cafannecy.fr

DIMANCHE 1ER SEPTEMBRE
- **Tour de l'Aiguille de Serraval,** Bornes, 1739 m, ∆ 900 m, R1, Estelle Quétard
- **Mont Forchat,** Chablais, 1539 m, ∆ 450 m, R1, circuit, Patrick Martin

MARDI 3 SEPTEMBRE
- **Col du Tutu,** Beaufortain, 2574 m, ∆ 930 m, R2, Gilles Furtin
- **Tour de la Pointe de Vuzelle,** Vanoise, 2564 m, ∆ 1600 m, R3, Anne-Laure Credoz

MERCREDI 4 SEPTEMBRE
- Conférence CPM à 20 h, noms de lieux et sommets du pays du Mont Blanc : approche de la toponymie, M. Siffointe, créateur de la Maison de la Montagne à Sallanches



JEUDI 5 SEPTEMBRE
- **Col de la Vache** par les lacs, Belledonne, 2556 m, ∆ 1340 m, R3, une partie hors sentier, final rocheux, Michel Bouron
- **Mont Jovet,** Beaufortain, 2558 m, ∆ 1300 m, R2, circuit, Monique Souel

DIMANCHE 8 SEPTEMBRE
- **La tête du Cabeau,** Bornes, 1650 m, ∆ 350 m, R1, Patrick Martin
- **Les Arêtes de la Besse,** Aravis, 2 171 m, ∆ 1150 m, R2, circuit long par Gouille des Fours, Gilbert Chardon
- **Baraque forestière des Rognes,** Mont-Blanc, 2768 m, ∆ 1000 m, R3, circuit par le sentier des Rognes (marche d'approche historique du Mont-Blanc 1), avec téléphérique, Martine Piétu

DU LUNDI 9 SEPTEMBRE AU JEUDI 12 SEPTEMBRE
- **Sommets et lieux insolites, Tarentaise Maurienne,** ∆ 3x600 m 1x1000 m, R2, inscription par mail dès parution de la revue, Gilles Furtin, gilles.furtin@wanadoo.fr

DU LUNDI 9 SEPTEMBRE AU VENDREDI 13 SEPTEMBRE
- **Raid de 5 jours en étoile, Queyras,** 3108 m, ∆ 6650 m, R2, Crêtes de Vars 2539 m, lacs de Sainte Anne 2822 m, tour Pic Huerts 3108 m, pic d'Escreins 2691 m, pic Font Sante 2893 m, hébergement refuge Basse Ruas, 8 personnes, arrhes 50 euros, inscription par mail dès parution de la revue, Jean-Claude Corsetti, jcor@voila.fr

La ville d'Annecy organise au Parc des Sports

"ANNECY COURT POUR HANDISPORT"

Venez courir sous les couleurs du C.A.F. le :

Mercredi 18 septembre 2013
de 8 heures à 20 heures

Tous les Annéciens, valides ou handicapés, sont invités à participer à cette manifestation sportive de masse dont les deux dernières éditions ont connu un franc succès populaire. Les bénéfices de cette journée de solidarité serviront à l'achat de matériel sportif pour les personnes handicapées. Initiation aux premiers secours et défibrillateurs.

MARDI 10 SEPTEMBRE
- **Cornettes de Bise,** Chablais, 2421 m, ∆ 1324 m, R3 long, sentier Saix Roupin, Joseph Esseul,

JEUDI, 12 SEPTEMBRE 2013
- **Aiguille Croche Mont Joly,** Beaufortain, 2525 m, ∆ 1050 m, R2, Michel Hayotte

SAMEDI 14 ET DIMANCHE 15 SEPTEMBRE
- **Cabane Rambert,** Valais, 2580 m, ∆ 1400 m, R2, hébergement en refuge, inscription par mail dès parution de la revue, Alain Louis, balme74@orange.fr

DIMANCHE 15 SEPTEMBRE
- **La Combe,** Bauges, 1572 m, ∆ 407 m, R1, Patrick Martin
- **Lac d'Anterne,** Sixt Fer à Cheval, 2104 m, ∆ 924 m, R1, belles cascades, Monique Knipiler

MARDI 17 SEPTEMBRE
- **Refuge du Ruitor,** Tarentaise, 2032m, ∆ 400 m, R1, Jacques Ferry
- **Pointe de Chalune,** Chablais, 2116 m, ∆ 850 m, R1, Estelle Quétard
- **Brévent par les Aiguillette des Houches,** Mont-Blanc, 2285 m, ∆ 1000 m, R2, long, Anne-Laure Credoz

JEUDI 19 SEPTEMBRE
- **Col du Colonney,** Fiz, 2321 m, ∆ 750 m, R2, Gilles Furtin
- **Mont de Grange,** Chablais, 2432 m, ∆ 1200 m, R2, arête Coincon, Joseph Ponchaud

DIMANCHE 22 SEPTEMBRE
- **Les lacs de la tempête,** Beaufortain, 2131 m, ∆ 527 m, R1, Patrick Martin
- **Montagne de la Côte,** gîte à Balmat, Mont-Blanc, 2530 m, ∆ 1250 m, R3, circuit (marches d'approche historiques du Mont-Blanc 2), avec télésiège, Martine Piétu

MARDI, 24 SEPTEMBRE
- **Le Grand Roc,** Bauges, 1804 m, ∆ 980 m, R1, Michel Hayotte
- **Tête du Colonney,** Fiz, 2692 m, ∆ 1500 m, R3 long, Joseph Esseul

JEUDI 26 SEPTEMBRE
- **Traces de Dinosaures,** Haut Giffre, 2500 m, ∆ 650 m, R2, Gilles Furtin
- **Pointe d'Areu,** Aravis, 2288 m, ∆ 1000 m, R2 long, Monique Souel



DIMANCHE 29 SEPTEMBRE
- **La montagne des sœurs,** Chablais, 1413 m, ∆ 300 m, R1, circuit, Patrick Martin

MARDI 1ER OCTOBRE
- **Chalet Chailloux,** Aiguilles Rouges, 1923 m, ∆ 700 m, R1, Jacques Ferry
- **Col de la Seigne** par le Refuge Robert Blanc, Mont-Blanc, 2750 m, ∆ 1240 m, R3, Anne-Laure Credoz
- **Repas de fin de saison,** Chablais, ramassage de champignons le matin, participation 10 euros pour le repas, Michel Bou

JEUDI 3 OCTOBRE
- **La dent du Corbeau,** Lauzière, 2286 m, ∆ 900 m, R3, long, circuit par la Grande Lanche, avec parcours de crête, Martine Piétu

DIMANCHE 6 OCTOBRE
- **Traversée "Chamosseran Armène Pecloz",** Bauges, 2200 m, ∆ 1300 m, R3, circuit, Joseph Ponchaud

MARDI 8 OCTOBRE
- **Lac de Pormenaz,** Fiz, 1970 m, ∆ 750 m, R2, par la Chorde, Gilles Furtin
- **Sur le Grand Sangle du Fouda Blanc,** Chartreuse, 1800 m, ∆ 1000m, R3, si terrain sec, Joseph Esseul

JEUDI 10 OCTOBRE
- **Pierre Besse,** Bauges, 1750 m, ∆ 800 m, R1, Michel Hayotte

DIMANCHE 13 OCTOBRE
- **Pointe de Chavasse,** Chablais, 2012 m, ∆ 700 m, R1, Alain Louis

MARDI 15 OCTOBRE
- **Les Grands Moulins,** Belledonne nord, 2495 m, ∆ 800 m, R2, Gilles Furtin
- **Pointe de la Fougère** par le col des Sausses, Bauges, 1849 m, ∆ 1400 m, R3, Anne-Laure Credoz

JEUDI 17 OCTOBRE
- **Pointe de la Grande Journée,** Beaufortain, 2460 m, ∆ 1300 m, R3, long, circuit, depuis Arèches, Le Planay, Martine Piétu

DIMANCHE 20 OCTOBRE
- **Croix du Nivolet,** Bauges, 1544 m, ∆ 800 m, R1, Estelle Quétard
- **La tête de Ramadieu,** Bornes, 1746 m, ∆ 520 m, R1, Patrick Martin

MARDI, 22 OCTOBRE
- **La Grande Sure,** Chartreuse, 1920 m, ∆ 800 m, R2, Gilles Furtin
- **Traversée Dent du Corbeau-Grand Arc,** 2286 m, ∆ 1000 m, R2, Joseph Esseul

JEUDI 24 OCTOBRE
- **Crêt Couturier,** Aravis, 1406 m, ∆ 820 m, R1, Michel Hayotte

DIMANCHE 27 OCTOBRE
- **Lac de Lessy,** Bornes, 1780 m, ∆ 600 m, R1, Patrick Martin

MARDI 29 OCTOBRE
- **Croix de Dormiaz,** Beaufortain, 2000 m, ∆ 800 m, R1, partie hors sentier, Gilles Furtin
- **Lacs des Tempêtes** par Bénétant, Beaufortain, 2119 m, ∆ 1200 m, R3, Anne-Laure Credoz

JEUDI 31 OCTOBRE
- **Croisse Baulet,** Aravis, 2236 m, ∆ 1000 m, R2 long, circuit, Monique Souel



DIMANCHE 3 NOVEMBRE
- **Tour montagne de Banges,** Bauges, 1434 m, ∆ 760 m, R1, Estelle Quétard
- **Pointe de Chalune,** Chablais, 2116 m, ∆ 566 m, R1, Patrick Martin

MARDI 12 NOVEMBRE
- **Le Crêt d'Eau,** Jura, 1621 m, ∆ 650 m, R1, Gilles Furtin

DIMANCHE, 17 NOVEMBRE
- **A définir,** R1, Alain Louis
- **Roc de Viuz,** Bornes, 995 m, ∆ 480 m, R1, circuit, Patrick Martin

MARDI 19 NOVEMBRE
- **A définir,** Gilles Furtin

DIMANCHE 24 NOVEMBRE
- **Col des Sauts,** Veyrier, 1117 m, ∆ 800 m, R1, Estelle Quétard

MARDI 26 NOVEMBRE
- **A définir,** Gilles Furtin

Deux approches différentes du 4000 m


Le Grand Paradis

Rien de tel pour se préparer à une ascension de notre bon vieux Mont Blanc que de gravir au préalable le Grand Paradis et, puisqu'il est proche du camp, le Mont Dolent.

L'un à 4061 m et l'autre à 3823 m me permettent ainsi d'éprouver les effets de l'altitude. Ils ont aussi pour point commun de ressembler grosso modo à de grosses bosses de neige très appropriées à l'apprentissage du cramponnage.

Ainsi je mets en application ce que j'ai appris sur la mer de Glace : je veille à bien tendre ma corde, n'est-ce pas Jacques, à ne pas me prendre les pieds dedans – raté, heureusement Claude veillait au grain - , et je me récite des comptines pour faire passer le temps, d'une bosse à l'autre…

C'est à une centaine de mètres du sommet que les choses se corsent, mais pas de la même manière. Au Grand Paradis le challenge consiste à aller toucher la vierge. Il faut pour cela être patient et un peu comme pour la météo, être à l'affût du créneau favorable : il s'agit du moment inespéré où l'on peut s'engager sur l'arête derrière une cordée raisonnable (4 personnes), sans être obligé d'enjamber trois sacs à dos, deux piolets et autant de bâtons laissés dans le passage. Le plus difficile est de monter sur un bloc sans se prendre les crampons du précédent dans l'œil. Et si par bonheur on parvient à contourner un autre gros bloc sans se faire écraser les doigts par la pédale du précédent ou se faire assommer par son gros sac et filer en bas, et qu'on arrive à poser fièrement à côté de Notre Dame, il faut alors songer à…redescendre. Même topo, sauf qu'il n'y a qu'une seule voie pour les deux sens et que les autres, eux, derrière, n'ont pas eu la patience d'attendre le bon créneau. Alors on se retrouve face à une chenille processionnaire de quatre italiens terrorisés, bloqués dans le petit interstice de neige qui surplombe une bonne centaine de mètres de vide, tandis qu'à leur gauche, campé sur un bloc, le guide supervise l'opération. Personne ne bouge, alors vous tentez le coup :

- Siouplaît, pourriez pas leur dire de monter un peu sur la petite dalle ici à gauche pour que l'on puisse passer ?
- Non (ferme et définitif)
- Pourquoi, siouplaît ?
- Je ne veux pas.
- Ah, bon. »

Changement de tactique donc devant le refus obstiné du guide (on ne va quand même pas y passer la nuit). Vous passez par dessus la cordée pour la contourner

par la petite dalle à gauche. L'art du tricot à 4000 m et des poussières…

Bilan en regard de la préparation au Mont Blanc via le Goûter : La patience et la prière. Pourvu qu'il n'y ait pas de bouchon sur l'autoroute ! Seule différence : pas besoin de s'inscrire un mois à l'avance pour la nuit à l'hôtel.

A propos d'hébergement, le refuge Victor Emmanuel est un lieu très animé où les langues se mélangent dans un joyeux brouhaha le soir au repas. On apprécie le calme de la petite chambrette et sa terrasse privée… Le paradis de la montagne pour tous, ouverte et rieuse… Au moins, on ne s'y sent pas seul !

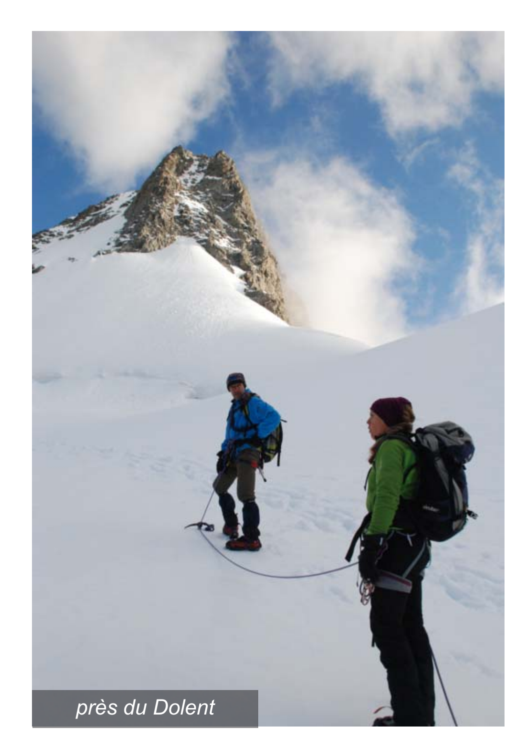
Quant au Dolent, l'ambiance est différente. Cela se ressent dès la montée au refuge. Pas un chat sur les pentes schisteuses de cette moraine qui mène au petit col Ferret. Heureusement d'ailleurs. J'ai même pu y oublier mon appareil photo et le retrouver sans problème !

Quant à la cabane, c'est une cabane, une vraie. Des couchettes jusqu'au toit et une grosse table en bois au milieu, des ouvertures épaisses mangées par les souris, et des tas de vieilles victuailles laissées au cas où… Nous partageons le bivouac avec trois français et un papa allemand avec sa petite fille. Et c'est tout ! Ici le silence est roi. Toute une après-midi allongée sur mon rocher chaise longue à regarder l'aiguille du Triolet et le glacier de Pré de Bar, à écouter la chute des séracs ou le bruit des pierres poussées par les bouquetins… Et à 20h, après la soupe et les pâtes sur le réchaud, pas de bière, pas de blabla, tout le monde au dodo…

Que le silence est doux !

Pourtant une sombre inquiétude veille… Il y a une sale histoire gravée sur une plaque mortuaire au refuge : un père est tombé au sommet avec ses fils, observés à la jumelle par leur maman…


refuge du Dolent


près du Dolent

Et je comprends mieux les raisons du drame. Là aussi les difficultés s'annoncent au sommet : un beau mur bien raide au dessus d'un couloir vertigineux. Heureusement des marches ont été creusées par deux alpinistes revenant de l'arête Gallet la veille au soir. La neige n'est ni trop dure ni trop molle, si bien que nous montons sans difficulté. La descente est un peu plus délicate, surtout pour Georges qui n'avait pas les bonnes lunettes, et le retour se fait sans encombre, chacun proposant sa petite variante personnelle pour regagner le refuge… Mais quel bonheur, là haut, la tête dans les nuages, à cheval sur les trois pays ! Pas besoin de dire « pardon, pardon » pour effleurer une autre vierge, qui, elle, doit se sentir bien seule battue par les vents !

Deux montagnes différentes, deux ambiances différentes, et pourtant je ne saurais choisir…

N'est-il pas rassurant de suivre une grande trace quand on s'aventure en terrain hostile ? Et en même temps, n'est-il pas jubilatoire de se trouver seul au monde sur un des toits du monde ?

Hé, ne va pas au Mont Blanc, alors, me diriez-vous ! Mais on a tous sa tour de Babel…

Frédérique Millon

Alpinisme et Randonnée Alpine

Pascal Sanctus

Consulter impérativement le site internet www.cafannecy.fr, rubrique: "pratiquer" pour avoir des précisions sur la course, les dates (ou report), le matériel, le niveau, etc.

Pour y participer, il est vivement conseillé de suivre les écoles de neige, de glace et d'escalade. Pour pratiquer l'alpinisme il faut être disponible. La course peut être reportée en raison des conditions, mais cela n'annule pas pour autant votre inscription.

Equipement de base : lunettes de glaciers, piolet, crampons, baudrier, 2 dégaines, 2 mousquetons à vis dont un unidirectionnel, un descendeur, 2 autobloquants, une sangle fermée de diamètre 1,5 m, casque (le matériel complémentaire sera précisé lors de l'inscription).

Pour les courses d'au moins deux jours les inscriptions s'effectuent le vendredi de la semaine précédente. Lors des sorties avec guide : les frais sont pris en charge à 50% par les participants. Budget annoncé lors de l'inscription.

Cette année il y aura deux types d'écoles d'alpinisme : EA1 et EA2.

La EA2 s'adresse à ceux qui ont déja participés à cette école l'année dernière.

La EA1, à ceux qui ont déjà pratiqué l'alpinisme et qui désirent réellement s'investir dans cette activité afin de devenir autonomes.

Ecole de neige : Consulter le site internet. La lettre Δ (delta) signifie dénivelée.



Sommet du Dolent

SAMEDI 1er ET DIMANCHE 2 JUIN
- **Ecoles de glace**, tous les encadrants disponibles, inscriptions le vendredi 24 mai

---

SAMEDI 8 JUIN
- **Ecole de glace EA1**, inscriptions le 31 mai, Pascal Sanctus

DIMANCHE 9 JUIN
- **Ecole de glace EA2**,inscriptions le 31 mai, Pascal Sanctus

---

SAMEDI 15 ET DIMANCHE 16 JUIN
- **Ecole d'alpinisme EA1**, Pascal Sanctus

MARDI 18 JUIN
- **Boucle Loriaz-Emosson-Terrasse**, massif des Aiguilles Rouges, 2644 m, Δ 1400 m, crampons/piolet, Joseph Esseul

---

MARDI 25 JUIN
- **Boucle Selle Puy Gris**, massif de Belledonne, 2758 m, Δ 1600 m, crampons/piolet, Joseph Esseul

---

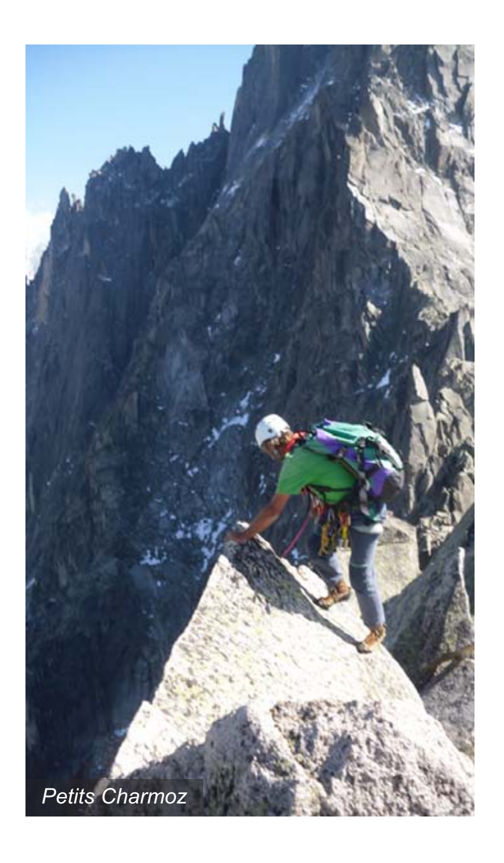
SAMEDI 22 ET DIMANCHE 23 JUIN
- **Mont Pourri**, Massif de la Vanoise, 3779 m, Δ 1400 m, PD, nuit en refuge, Alain Fleuret

• **Becca du Lac**, Alpes Grées, 3405 m, II/F+, crampons/piolet, nuit en refuge, René Delieutraz

SAMEDI 29 ET DIMANCHE 30 JUIN
• **Mont Tondu**, arête nord, 3186 m, Massif du Mont Blanc, ∆ 1229 m, PD+, nuit en refuge, pré-requis : école d'alpi EA1, Pascal Sanctus

DIMANCHE 30 JUIN
• **Mont Blanc du Tacul**, 4248 m, PD, Alain Fleuret

SAMEDI 6 ET DIMANCHE 7 JUILLET
• **Pointe du Dard**, massif de la Vanoise, 3206 m, ∆ 675 m, F, nuit en refuge, pré-requis : école de glace, Matthieu Dagand et Florian Chassin


Petits Charmoz


Ecandies

DU LUNDI 8 JUILLET AU VENDREDI 19 JUILLET
• **Camp d'été** à Termignon.

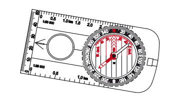
SAMEDI 20 ET DIMANCHE 21 JUILLET
• **Pointe de Labby**, Massif de la Vanoise, 3521 m, ∆ 1010 m, F, nuit en refuge, Matthieu Dagand et Florian Chassin

• **Ecole d'alpinisme** EA2, massif à définir, nuit en refuge, Pascal Sanctus


près du Dolent



Formations



CARTOGRAPHIE-ORIENTATION

Formations agréées par la FFCAM. Ces formations s'adressent à tous les cafistes qui souhaitent se perfectionner en cartographie orientation ou qui désirent préparer un Brevet Fédéral

CARTOGRAPHIE ORIENTATION NIVEAU 1
SAMEDI 28 ET DIMANCHE 29 SEPTEMBRE
• Massif des Bauges
Formateurs : Michel Bouron, Jean-Bernard Mazens et Estelle Quétard.
Renseignements et inscriptions : Michel Bouron le vendredi soir au CAF ou
michel.bouron0722@orange.fr
Attention seulement 10 places

CARTOGRAPHIE ORIENTATION NIVEAU 2
SAMEDI 5 ET DIMANCHE 6 OCTOBRE
Formateurs : Raymond Béruard, Denis Gerlier, Christian Tournier
Plateau de Beauregard La Clusaz

CARTOGRAPHIE ORIENTATION SPÉCIAL GPS
JEUDI 3 ET VENDREDI 4 OCTOBRE
LUNDI 7 ET MARDI 8 OCTOBRE
Plateau de Beauregard La Clusaz
Formateur : Raymond Béruard
Renseignements et inscription :
Raymond Béruard le vendredi soir ou
rberuard.cafannecy@orange.fr
Attention : le nombre de places est limité. S'inscrire dès le 15 avril.

A tous les amateurs d'activités de neige

Très important : pour la saison prochaine, pensez à vous inscrire aux séances de formation à l'utilisation du DVA (détecteur de victimes d'avalanche) qui seront organisées en novembre avant la parution du programme d'hiver. Consultez le site internet.



ECOLE DE NEIGE ET GLACE
- inscriptions le vendredi 24 mai
voir site internet





Voyages lointains

Des voyages plein la tête... des Montagnes plein la terre

Trois voyages au programme :
- Cinque Terre et île Elbe, en avril et mai
- Karpathos et Rhôdes, en mai
- Les parcs de l'ouest américain, en août

Tous ces voyages sont complets...nous vous donnons donc rendez- vous en 2014 pour de nouvelles destinations !

Pour être informé en priorité des futurs voyages prévus ou nous soumettre vos idées et envies, vous pouvez nous contacter par mail.

Joèle Plastre et Dominique Perret
j.plastre@laposte.net

Canyon

Jacques Morel

Vous désirez parcourir les vallons les plus secrets, les cascades les plus hautes et les défilés les plus resserrés ? Goûter au plaisir des sauts, toboggans et autres rappels aériens ? Le canyonning est fait pour vous !

L'activité canyon du CAF Annecy se déroule d'avril à septembre. Elle est encadrée par trois moniteurs Olivier Hautreux, Jacques Morel et Pierre Sellier.

Les sorties alternent canyons d'initiation et descentes plus engagées.

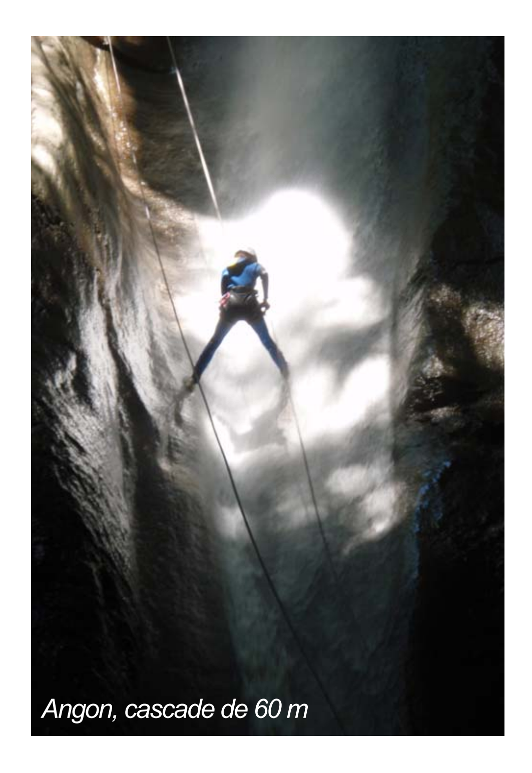
Réunion / Permanence : les inscriptions sont prises de préférence par internet :

email : canyon.caf.annecy @ml.free.fr ou téléphone (Olivier : 06 59 98 18 12, Jacques : 06 86 85 16 84 et Pierre 06 14 28 36 61) lors de la semaine avant la sortie.

Les sorties ont lieu un week-end sur deux environ en fonction des conditions météorologiques et des disponibilités des moniteurs. Les conditions de descente étant extrêmement changeantes, les moniteurs ne peuvent s'engager sur aucun programme fixe pour des questions de sécurité. En ce qui concerne la collective de début de saison et compte tenu du temps encore très froid ce printemps, nous avons fixé le dimanche 26 mai pour une descente d'Angon depuis la passerelle. Les débutant sont acceptés. Les conditions de participation leur seront envoyées par mail.



Très la tête, zone finale



Angon, cascade de 60 m

Des sorties de plusieurs jours auront lieu pendant les ponts de mai pour les confirmés .

Nos destinations principales : Rhône-Alpes pour les sorties à la journée et les week-ends courts, mais aussi PACA, Pyrénées, Italie, Suisse, Espagne pour des périodes plus longues. Nous participons aussi à divers stages et rassemblements régionaux.

Pour obtenir davantage de renseignements, vous pouvez aussi contacter directement les responsables de l'activité «descente de canyon» en envoyant un email à l'adresse canyon.caf.annecy@ml.free.fr chaque responsable de l'activité recevra votre email et l'on vous répondra le plus rapidement possible. Quelques sorties d'initiation peuvent être organisées pour les jeunes de 13 à 18 ans (demander au responsable des activités jeunes). Pour les sorties n'entrant pas dans le cadre de ce programme jeunes, les mineurs peuvent participer s'ils sont accompagnés par un de leurs parents au moins ou par un adulte responsable muni d'une autorisation parentale. Le matériel collectif est fourni par le club. Le matériel individuel peut être loué.


Au Vieux Campeur
SYMBOLE DU CHOIX, DU CONSEIL ET DU PRIX
Au Vieux Campeur
10 % de remise
sur certains achats et parfois mieux… Comme par exemple 15 % de remise, sur le matériel de montagne (famille 21)…c'est possible avec la Carte Club Au Vieux Campeur.
Test Garmin - Au Vieux Campeur
Septembre 2012
Au Vieux Campeur
Carte Cadeau
Soyez certain de faire plaisir en offrant ce choix avec notre carte « cadeau » utilisable en boutique ou sur notre site Internet.
Crédits photos : A. Descamp - E. Bray - C. Durando